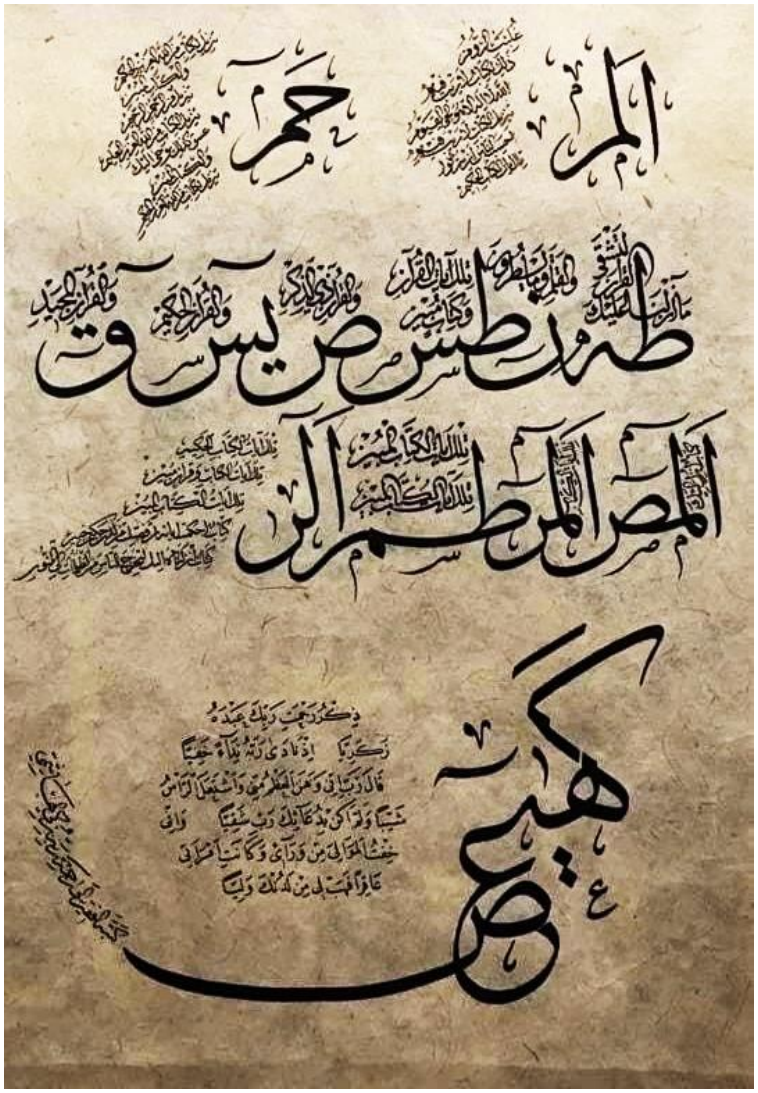
علاقة قراءة القرآن الكريم بتحسين الوظائف الإدراكية لدى كبار السن

المجلة :طب الشيخوخة وطب المسنين المجلد 10 – 2024 Gerontology & Geriatric Medicine

المؤلفون :د .نور ريفياتي، د .بيما إندرا | كلية الطب، جامعة سريويجايا، باليمبانج، إندونيسيا



(Abstract) الملخص التنفيذي للدراسة

الخلفية المعرفية (Background): مع شيخوخة السكان العالمية، أصبح فهم العوامل التي تساهم في تحسين الوظائف الإدراكية لدى كبار السن أمراً بالغ الأهمية . تبحث هذه المراجعة المنهجية في العلاقة المحتملة بين قراءة القرآن الكريم والوظائف الإدراكية لدى كبار السن.

منهجية البحث (Methods): تم إجراء بحث منهجي عبر خمس قواعد بيانات إلكترونية (PubMed، ScienceDirect، Google Scholar، Tripdatabase، Cochrane) لتحديد الدراسات ذات الصلة المنشورة بين عامي 2004 وديسمبر 2023 .ركزت معايير الاشتمال على الدراسات التي تبحث في الارتباط بين قراءة القرآن والوظائف الإدراكية لدى كبار السن.

النتائج (Results): تم تضمين خمس دراسات استوفت معايير الاشتمال في هذه المراجعة المنهجية .والجدير بالذكر أن أربعاً من هذه الدراسات أظهرت وجود ارتباط معنوي ودلالة إحصائية واضحة بين كثافة أو مدة قراءة القرآن الكريم وتحسن الوظائف الإدراكية لدى كبار السن.

المناقشة (Discussion): تشير النتائج إلى وجود علاقة إيجابية محتملة بين الانخراط في قراءة القرآن الكريم والحفاظ على السلامة الإدراكية لدى المسنين .تحمل هذه العلاقة آفاقاً واعدة للتطبيق في برامج التدخل الخاصة بالصحة الإدراكية لكبار السن، لا سيما المرضى المسلمين.

الخلاصة (Conclusion): تقدم هذه المراجعة أدلة تدعم العلاقة بين قراءة القرآن الكريم والحفاظ على الوظائف الإدراكية الطبيعية لدى كبار السن .تؤكد هذه النتائج المتسقة على أهمية إجراء المزيد من الأبحاث لكشف الآليات العصبية الكامنة .والنظر في التطبيقات العملية لهذه التدخلات

أبرز ما جاء في مقدمة ومناقشة الدراسة:

- التحول الديموغرافي العالمي نحو الشيخوخة أدى إلى زيادة انتشار حالات التدهور .المعرفي والخرف، مما يشكل عبئاً كبيراً على أنظمة الرعاية الصحية والعائلات
- تتداخل عوامل نفسية واجتماعية وبيئية متعددة في التأثير على الصحة الإدراكية؛ حيث يُعد الاكتئاب والتوتر والاضطرابات النفسية من أهم عوامل الخطر التي تسرع .التدهور المعرفي
- و (MMSE) أظهرت المراجعة المنهجية المعتمدة على استبيانات قياسية مثل أن الأفراد الذين يقرؤون القرآن بانتظام لأكثر من 15 دقيقة يومياً (MoCA) .أظهروا حماية عالية ضد التدهور المعرفي مقارنة بغيرهم
- تمتلك الآيات القرآنية جينات هيكلية وصوتية متناغمة فريدة تحفز خلايا الدماغ وتزيد من استجابتها الحيوية، مما يساعد على تأخير الشيخوخة الدماغية وتعزيز .الذاكرة العاملة والذاكرة العرضية
- توصي الدراسة مقدمي الرعاية الصحية وصناع القرار بدمج الأنشطة الروحية والدينية – لا سيما قراءة وتلاوة القرآن – ضمن الاستراتيجيات الوقائية والصحية .لتعزيز الصحة النفسية والعقلية للمسنين